

# Ensalada de Cuscús

Sirve: 64 Porciones

64 Porciones

Ingredients	Weight	Measure
Cuscús integral, instantáneo		6 1/2 tazas
Pasas		4 1/4 tazas
Pimiento Verde, picado		4 1/4 tazas
Zanahorias, ralladas		3 1/4 tazas
Aceite de oliva		2 1/8 tazas
Jugo de naranja concentrado, descongelado		1 taza 2 Cdas
Vinagre		1/2 taza 1 Cda

## Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
<b>Calorías</b>	<b>175</b>
<b>Grasa total</b>	<b>8 g</b>
Grasa saturada	1 g
Colesterol	N/A
<b>Sodio</b>	<b>117 mg</b>
<b>Total de Carbohidrato</b>	<b>25 g</b>
Fibra dietetica	2 g
Azúcares totales	N/A
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
<b>Proteínas</b>	<b>3 g</b>
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A
N/A - Información no está disponible	
<b>Componentes de la Comida</b>	
Frutas	1/8 taza
Vegetales	1/8 taza
Grános	1 desconocido

Cebollines, secos, picados	2 1/2 Cdas
Perejil, seco	2 Cdas
Sal	1 Cda

## Preparación

1. Cocine el cuscús de acuerdo a las instrucciones del paquete; revuélvalo gentilmente con una cuchara para aflojarlo.
2. Mezcle el cuscús con las pasas, pimiento verde y zanahorias
3. Mezcle todos los ingredientes bien.
4. Vierta la vinagreta a los ingredientes de la ensalada; enfríelo, a una temperatura de 40°F por 1 a 2 horas o hasta que esté listo para servirlo.

**Origen:** California Raisin Marketing Board